# Trota di Ondenval

- **Ingredienti per:** 4 persone
- **Tempi di preparazione:** 45 minuti
- **Sostenibilità:** La trota utilizzata nella ricetta è allevata presso l'azienda agricola belga di Ondenval, con standard molto elevati e una densità di allevamento bassa simile ai requisiti della produzione biologica. Quando si acquistano trote o altri prodotti dell'acquacoltura è possibile notare il logo biologico o ASC, ma è garantito che gli standard di produzione dell'UE sono elevati per tutte le specie.

**Ingredienti**

- 4 filetti di trota iridea, 75 g ciascuno
- 1 pomodoro maturo
- 4 carote baby (di diversi colori)
- 5 cl di aceto di Bouteville
- 1 cucchiaio di olio d'oliva
- 1 barattolo di uova di trota
- sale e pepe

**Preparazione**

- Immergere i filetti di trota in una salamoia al 10% per 10 secondi. Scolare immediatamente e posizionare su una teglia da forno. Mettere da parte.
- Tagliare il pomodoro a pezzi e condire come un'insalata con sale, pepe e aceto. Lasciar riposare per un'ora, strizzare e raccogliere il succo.
- Sbucciare le carote e cuocerle finché non sono al dente in acqua bollente (controllare la consistenza con la punta di un coltello). Tagliarle a fette sottili.
- Avvolgere la trota in un foglio di alluminio e infornare a 60ºC per 10 minuti.
- Impiattare la trota con una cucchiaiata generosa di uova di trota, disporre le carote tutto intorno, irrorare con il succo di pomodoro e aspergere con un po' d'olio d'oliva e olio di pistacchio.